

赵京胜和他的乡村就业驿站

山东省济南市钢城区艾山街道大龙门村三面环山,道路崎岖蜿蜒,进出很不容易。在村里,记者见到了44岁的赵京胜,大龙门扶贫助残就业驿站的领头人。

赵京胜的人生路并不平坦。

12岁时,一场意外让他的左腿留下残疾。15岁时,父亲过世,母亲次年改嫁离家,留下赵京胜和7岁的妹妹相依为命。为了养活自己和年幼的妹妹,赵京胜修过自行车,卖过冰糕、汗衫、机油,后来又经营摩托车行……寒来暑往,凭借吃苦耐劳、敢闯敢拼不服输的干劲,摩托车行生意红火,他的生活逐渐富足安稳。

跟很多山村一样,大龙门村山岭薄地较多,青年大都外出打工,村里剩下的多是老弱妇孺,一度缺乏发展的活力。

2014年,大龙门村在街道办支持下,争取到上级扶持资金,决定发展畜牧养殖。但产业想开头,需要有人带。考察多个候选人后,村“两委”认为赵京胜挺合适。

“他身残志坚,有头脑,敢干事,能干事。”村民对赵京胜评价甚高,大家盼着他回来。赵京胜不想辜负村里老少爷们的信赖,放下城里的生意,回村带头搞起养殖。

养殖业虽好,但分红周期长、村民没法人人参与。怎么能把村里人带动起来,赵京胜一直在考虑。

2017年4月,在钢城区残联举办的残疾人培训会上,赵京胜接触到了塑编柳编、节水装置组装项目。这两个项目操作简单、成本低、上手快,非常适合村里的留守老人、妇女、残疾人等有一定劳动能力的人来做。

很快,他在钢城区残联的支持下,成立了大龙门村残疾人就业驿站,吸纳村民从事塑编柳编和节水装置组装工作。

一开始,赵京胜还骑着电动三轮车,挨家挨户地送配件材料,发动村民接活儿。后来,看到有活儿干,能挣钱,越来越多的人主动加入了就业驿站。

现在,村民干活都很熟练了,干得多的一天能赚100元,少的也有30元。“年纪最大的‘员工’已经94岁了,不让她干活她跟我急眼。”赵京胜笑着说,“我们现在有60多种零件组装,根据个人年龄、效率,给不同的人安排不同的工作。”

如今,在当地政府支持下,驿站已分设了17个加工点,带动了大龙门村及周边十几个村的247名困难群众就业。

“村里有些老人,子女出去打工,没人在身边,过得也不容易。”赵京胜说。因此,他想建个“养老院”——在驿站建个小食堂,放上床、装上按摩椅,让在驿站就业的老人吃上顿热乎饭,有个舒心的地方休息一下。“城里老人有的,我想让他们也体验一下!”

(据新华网)

村民变业主,“乡村管家”来服务

村民坐在一起选举物业管理理事会会长,物管员开着电动扫地机在村庄里清洁,家里坏了物件村里的技术员就能修……在江西省上饶市信州区,随着和美乡村物业化管理工作的全面铺开,村民们变身业主,村村迎来“乡村管家”。

“钱从哪里来?”“物业谁来管?”“乡村管家管什么?”听说村里要请“乡村管家”,不少村民们提出了各自担心的问题。



砂糖橘和酸奶不能同食?

谣言:砂糖橘和酸奶不能同食。

真相:假的。

对于大多数人来说,砂糖橘和酸奶单独吃没问题,一起吃也不会有什么问

题。“砂糖橘和酸奶、牛奶同食的话,因为砂糖橘中含有一定的有机酸成分,

可能会使蛋白质发生沉淀,从而会影响到蛋白质的消化和吸收。”这种说法并不科学。而且,人体内本身含有一定的胃酸,胃酸的酸度要比水果的酸度高很多,并不需要担心砂糖橘的酸度影响消化。

有些人出现腹痛、腹泻等情况,可

能是因为身体缺乏乳糖酶,即使不吃橘子,喝了牛奶后也会引起腹痛或者消化不良。在一般情况下,适量食用橘子和酸奶不会对人体造成伤害。

面对资金难题,信州区按照摸索出来的“事情自商自定、人员自选自聘、资金自筹自用、效果自评自议”的“八自”模式,推出“群众缴纳卫生保洁费+长效管护资金+乡贤捐助+企业捐赠+镇村补贴”的资金筹集模式,在没有增加群众负担、财政支出的基础上,让村民享受到便捷的物业服务 and 良好的人居环境。

一开始,几个试点村都想聘请物业公司来管理,但又发现物业费过低没有公司愿意来、物业公司也没有在乡村管理的经

验。最终,村民自治式成为首选。物业管理理事会从责任心强、吃苦耐劳的本村村民中择优选择物业管理具体工作。在日常管理中,理事会还积极吸纳党员、退役军人、义警协会队员、能工巧匠等群体,积极投身乡村公共管理和服务。

有了“乡村管家”,农村老百姓不仅能拥有符合村情的物业服务,还能享受更高水平的农村公共服务,信州区的这一乡村治理创新工作得到百姓点赞。

(据新华社)

科学辟谣



萝卜色不同 功效也不同



太多的生萝卜会寒上加寒,因此秋冬吃萝卜建议吃熟萝卜,一来没那么寒凉,二来萝卜汁多有助于生津解渴。

冬天要吃熟萝卜

春天,各地的气候基本上都较为潮湿,白萝卜、青萝卜比较惹湿,尽量吃红萝卜,有助于化解热毒,并且预防春季流感。

夏天天气炎热,可以适当吃些腌的酸萝卜,以开胃健脾。但萝卜生吃不仅较寒凉,而且会容易惹湿,因此一定要控制好量,将之作为餐前小吃而不能当主食。

秋渐冻,冬寒冷,再吃

三种萝卜功效不同

白萝卜“主打”去火化痰。白萝卜是冬季的时令蔬菜,也是养生的好食材。白萝卜性凉,味甘辛,归肺、胃经,对肺胃有热、痰多、气胀食滞、消化不良、大小便不畅的人尤其适用。在食用上,它有两个最佳搭档:如想发挥止咳效果,就将白萝卜和冰糖搭配,共同达到除痰润肺、和止咳的作用;如想抑制咽喉发干、疼痛的症

状,可把白萝卜与青果煎煮后当茶饮,能很好地缓解肺胃热盛引起的咽喉肿痛。

红萝卜“主打”清热解毒。红萝卜即胡萝卜,虽然也叫萝卜,但和白萝卜不是一个科属。胡萝卜能补气明目,具有补益的功效,因此被誉为“小人参”。它“主打”清热解毒,如果冬天出现喉咙上火、外感发热或麻疹,就非常适用吃红萝卜来辅助治疗。相对而言,胡萝卜善于补气明目,白萝卜善于清热生津化痰,消食理气。二者一补一消,作用迥异,所以在食用的时候要区别对待。

青萝卜“主打”下火利尿。青萝卜“主打”下火利尿,要预防冬天喉咙上火或胃肠湿热,用青萝卜比较适合。

(据人民网)